کمزوری، سستی و خون کی بیماریاں

مصنف: حکیم سیّد مصطفیٰ کاظمی

03445013241

Ahlebaitstore.com

Dedication

ہم اپنے اللہ کا شکر ادا کرتے ہیں کہ اس نے ہمیں یہ توفیق عطا فرمائی کہ ہم تمام مومنین اور مومنات اور تمام انسانوں کے ساتھ طب اہلبیت علیہ السّلام کو شیئر کرنے کے قابل ہوئے ہم طب اہلبیت علیہ السّلام کی تمام کتابیں اور تمام ریسرچ کا ثواب ہدیہ کرتے ہیں چودہ معصومین علیہ السلام کو اور خاص طور پر اُمِ ابیہا مادر امام حسنؑ امام حسینؑ جوانان جنت کے سردار اور حضرت محمد ﷺ کی بیٹی اور مولا علی علیہ السلام کی زوجہ بی بی زہرا سلام اللہ علیہا کو اور امام مہدی علیہ السلام کو اور اللہ تعالی سے یہ دعا کرتے ہیں یا اللہ پاک ہمیں مزید توفیق عطا فرمائے کہ ہم طِب اہل بیت علیہ السلام کو گھر گھر تک پہنچائے اور اپنے امام زمانہ امام مہدی علیہ السلام کی بیعت جو ہماری گردنوں پر ہے اور ان سے کیے ہوے ہمارے عہد کو پورا کرنے کی توفیق عطا فرمائے خدا ہماری کاوشوں اور کوششوں کو اپنے دربار میں قبول فرمائے آمین ہم تمام مومن و مومنات سے درخواست کرتے ہیں ہمارے حق میں دعا کرے کہ اللہ ہمیں آگے بڑھنے اور پوری دنیا میں طب اہل بیتؑ سے انقلاب لانے کی توفیق عطا فرمائے آمین

بسم اللہ الرحمن الرحیم

کمزوری------------------------------------6

جسم کو موٹا کرنے والی چیزیں-------------------------19

احادیث (جسم کو موٹا اور صحت مند بنانے والی غذائیں اور آداب)---23

جسم میں سستی------------------------------------39

خون کی بیماریاں----------------------------------45

خون کی کمی--------------------------------------48

خون کو صاف کرنے والی چیزیں-----------------------52

خون کا غلبہ--------------------------------------54

تھیلیسیمیا--56
انیمیا(کم خونی)..-------------------------------.61
خون کا جمنا--63
دماغ میں خون کا جمنا--------------------------------69
پھیپھڑوں میں خون----------------------------------70
رگوں و نالیوں میں خون-------------------------------71
خون در جنین--------------------------------------71
دل میں خون کا جمنا---------------------------------72
Thrombocytosis (hiegh blood platelets).------.73
PNH..-------------------------------------..76
زہر کھالینا، سانپ یا بچھو یا زہریلی مکھی کا کاٹ لینا-------------79
لاعلاج بیماریاں روایات کی روشنی میں کون کون سی ہیں؟---------87
بیماریوں کی انواع------------------------------89

مفید و غیر مفید بیماریاں۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔90

ایڑی میں درد۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔96

بواسیر۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔101

دردوں کا علاج۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔111

ہر درد کا علاج۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔۔112

کمزوری

وجوہات

مٹی کھانا

رات کا کھانا ترک کرنا

خون کھانا(گوشت صاف کر کے نہ پکانا)

مچھلی کھانا

اشنان کھانا

مردار کھانا

خالی پیٹ غسل کرنا

پیٹ بھرے غسل کرنا

زیادہ انڈے کھانا

ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا

شراب پینا

خشک گوشت کھانا

پنیر کھانا

قدید کھانا

حسد کرنا

لمبے بال رکھنا

اول شب ہم بستری کرنا

معدہ کی خرابی، خون کی کمی ان وجوہات سے بھی انسان کمزور ہوتا ہے۔ جو ہم پچھلی کتابوں میں بتا چکے ہیں

احادیث

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

تین چیزیں جسم کو کمزور کرتی ہیں اور موت کا سبب ہیں۔ قدید کھانا ، پیٹ بھرے غسل کرنا اور بوڑھی عورت سے ہم بستری کرنا

من لایحضر ج 1 ص 146

اشنان

اشنان کھانا جسم کو کمزور کرتا ہے (چربی کو پگھلاتا ہے)

مستدرک ج 1 ص 237

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

گوشت کھانے سے جسم موٹا ہوتا ہے اور مچھلی کھانے سے کمزور ہوتا ہے

مستدرک ج 17 ص 54

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

مچھلی کھانے سے انسان کا جسم کمزور ہو جاتا ہے

مستدرک ج 17 ص 56

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

ٹھنڈے پانی سے غسل نہ کرو۔ اس سے جسم کمزور ہوتا ہے

مستدرک ج 1 ص 1372

امام علیؑ فرماتے ہیں۔

انبیاءؑ رات کا کھانا عشاء کے بعد کھاتے تھے۔ شام کے کھانے سے غافل نہیں رہتے تھے۔ رات کا کھانا ترک کرنا بیماری کا سبب بنتا ہے

مستدرک ج1 ص1372

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

خدا نے شراب کو اس کے نام کی وجہ سے حرام نہیں کیا کے بلکہ اس کے انجام کی وجہ سے حرام کیا ہے کیونکہ یہ بدن کو کمزور کرتا ہے اور نورانیت کو ختم کرتا ہے

مستدرک ج17 ص242

مردار کھانا

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

مردار کو جو بھی کھائے گا۔اس کا بدن ضعیف ہو گا۔اس کا جسم کمزور ہو گا۔اس کے جسم کی طاقت ختم ہو جائے گی۔اس کی نسل قطع ہو جائے گی اور مردار کھانے والے کی اچانک موت واقع ہو گی

الکافی ص666

خون کھانا

خون کھانا منہ کو بدبو دار کرتا ہے خوشبو کو گندہ کرتا ہے،بدشکل بناتا ہے اور جنون کی بیماری پیدا کرتا ہے،دل کو سخت کرتا ہے نرمی و مہربانی کو کم کرتا ہے۔یہاں تک کہ اس پر بھروسہ نھیں ہے وہ اپنے والدین و بچوں کو قتل کر دے۔نہ اس کے رشتہ دار امان میں ہوتے ہیں اس سے اور نہ یہ امان میں

ہوتا ہے   الکافی ج6

ص66

مٹی کھانا

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

مٹی کھانا جسم میں بیماری پیدا کرتا ہے اور بیماری کو بڑھاتا ہے اور جو مٹی کھاتا ہے وہ اپنی پہلے والی قوت کھو دیتا ہے جو کہ مٹی کھانے سے پہلے ہوتی ہے اور مٹی کھانے سے وہ جو کام کرتا تھا اس میں کمزور ہو جاتا ہے اس کی قوت و کمزوری کا حساب لگایا جائے گا اور اس پر عذاب کیا جائے گا

الکافی ج6 ص723

رات کا کھانا

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

رات کا کھانا ترک کرنا آدمی کو کمزور کر دیتا ہے چاہے وہ سن رسیدہ ہو کوئی بھی رات کو نہ سوئے مگر یہ کہ اس کے پیٹ میں کھانا ہو

اصول الکافی ج6 ص783

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں۔

جسم میں ایک رگ ہوتی ہے جسے عشاء کہتے ہیں۔ پس اگر کوئی شخص رات کا کھانا ترک کر دے تو وہ رگ صبح ہونے تک اس کو بددعا کرتی رہتی ہے۔ اور کہتی ہے اللہ تجھے بھوکا رکھے جس طرح تو نے مجھے بھوکہ رکھا ہے جس طرح تو نے مجھے پیاسا رکھا ہے پس تم میں سے کوئی ایک بھی رات کے کھانے کو نہ چھوڑے۔ اگرچہ روٹی کا ایک لقمہ ہو یا پانی کا ایک گھونٹ ہو

الکافی ج6 ص787

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

کھانا کھانے سے پہلے ہاتھوں کو دھونا چاہے کیونکہ ایسا کرنے سے بیماریاں دور

ہوتی ہیں اور ساتھ ہی تنگ دستی اور ضعیف بدن بھی دور ہوتا ہے

طب آل محمد ص

حسد بدن کو پگھلا دیتا ہے

عیون الحکم ووعظ ص 23

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

تین چیزیں انسان کو کمزور کرتی ہیں۔ پنیر کھانا، خشک گوشت کھانا اور شگوفہ

خرما

المحاسن ج2 ص254

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

چار چیزیں، بوڑھا ہونے سے پہلے بڑھاپے کو پیدا کرتی ہیں۔ خشک گوشت کھانا، کسی گیلی جگہ پر بیٹھنا، سیڑھیاں چڑھنا، اور بوڑھی عورتوں سے جماع کرنا

بہارالانوار ج78 ص230

امام موسٰی کاظمؑ فرماتے ہیں۔

بڑے بال منی کو کم کرتے ہیں، جوڑوں کو کمزور کرتے ہیں اور بدن کو کمزور و سُست کرتے ہیں۔

بحارالانوار ج73 ص91

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

چربی کھانا جسم کو کمزور کر دیتا ہے

تحف العقول ص380

تین چیزیں انسان کو تباہ اور جسم کو کمزور کر دیتی ہیں۔ پیٹ بھرے جماع کرنا، پیٹ بھرے غسل کرنا، بوڑھی عورت سے جماع کرنا

من لایحضر ج3 ص555

وقت سے پہلے بڑھاپا

رسول صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا

دس چیزیں وقت سے پہلے بڑھاپے کا باعث ہیں

عورتوں کے ساتھ زیادہ مقاربت کرنا

گیلی مٹی سے سر دھونا

بیت الخلاء میں قضائے حاجت کے وقت گفتگو کرنا

کثرت سے خوشبو استعمال کرنا

رات کو پانی (زیادہ) پینا

عورت کی شرمگاہ پر نگاہ کرنا۔

منہ کے بل سونا

رات کو کھڑے ہو کر پانی پینا

آستین سے منہ پونچھنا۔

المحاسن ج2ص196

رسول ﷺ نے فرمایا

غم (گھبراہٹ اور پریشانی) آدھا بڑھاپا ہے۔

امام علیؑ فرماتے ہیں

غم دو بڑھاپے میں سے ایک ہے۔

طب الائمہ ع

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

بڑھاپے کی تین نشانیاں ہیں۔ نگاہ کی کمی، پیٹھ کا جھکنا، قدم کا باریک (چھوٹا)

ہونا

الخصال ص64

رات کے کھانے کو ترک کرنا

نبی صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَسَلَّم نے فرمایا

رات کے کھانے کو ترک نہ کرو، چاہے ایک کھجور ہی کیوں نہ ہو، مجھے ڈر ہے

کہ رات کا کھانا چھوڑنے سے میری امت کے لوگوں پر بڑھاپا اور بوسید گی

(ناتوانائی) غلبہ کرلے کیونکہ رات کا کھانا بوڑھوں و جوان سب کے لئے

قوت کا باعث ہے۔

المحاسن ج2ص196

جسم کو موٹا و مضبوط کرنے والی چیزیں

سویق سنجد

چقندر کے پتے

سویق (ستو) گندم

کھجور

حلیم

شوید

چاول کی روٹی

کدو

انار

جو کی روٹی

زیتون + سرکہ + گوشت

گوشت + دودھ

کباب

بھیڑ کا گوشت گائے کے دودھ میں پکا کر کھائیں

حلیم گندم ڈال کر

کشمش

نمک نبی ﷺ

بہی

کاسنی

سیب

ناشپاتی

کبوتر کا گوشت

گوشت پانی + دودھ میں پکا کر کھائیں + زیتون آئل

ایک دن چھوڑ کر غسل کرنا

دودھ

کشمش نھار منہ 21دانے

چای بابونہ

*معدہ، مزاج، خون کی اصلاح کی جائے۔ اگر خون خراب ہے تو خون

صاف کرنے والی ادویات استعمال کریں

*بہت ہی پاور فل طبعی نسخہ بلکل نیچرل جو شہد سے تیار کیا جاتا ہے

(Propolis) پروپولیس +(Royal Jelly)رائل جیلی

+Bee Pollen(جن کو الرجی ہوتی ہے وہ پولن استعمال نہ کریں)

طب اہل بیتؑ میڈیسن

سویق گندم

سویق سنجد

قرص خون

خونساز (کرات)

مرکب دو

مرکب چھار

ھاضوم

جامع بآب ترہ

شربت امام علی رضاؑ

نورہ لگانا

تقویت اعصاب

صاف کنندہ خون

احادیث (جسم کو موٹا و صحت مند بنانے والی غذائیں و آداب)

انار و گرم پانی

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

دو چیزیں بدن کے لیے مفید ہیں۔ جسم کو نقصان نھیں پہنچاتی۔ انار اور گرم پانی اور دو چیزیں جسم کے لیے نقصان دہ ہیں فائدہ نھیں پہنچاتی۔ پنیر اور خشک گوشت

مستدرک ج17 ص37

جو کی روٹی

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں

جو کی روٹی کی گندم کی روٹی پر فضیلت ایسے ہے جیسے ہماری فضیلت لوگوں پر ہے۔ کوئی نبیؑ ایسا نھیں گزرا ہے مگر یہ کہ اس نے جو کھانے کی دعا نہ کی ہو اور خدا نے اس میں برکت دی ہے۔ جو کی روٹی کسی کے پیٹ میں داخل نھیں ہوتی مگر یہ کہ ہر بیماری کو باہر نکال دیتی ہے۔ جو کی روٹی انبیاءؑ کی غذا اور نیکوکاروں کا کھانا ہے

الکافی ج6 ص 831

چاول کی روٹی

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

پیٹ کی بیماری والے کو چاول کی روٹی کھلاؤ۔ کیونکہ پیٹ کی بیماری والے کے پیٹ میں اس سے زیادہ نفع بخش کوئی چیز داخل نھیں ہو سکتی۔ یہ معدہ کو درست کرتی ہے اور سل (TB) کا علاج ہے

الکافی ج6 ص832

گندم کا ستو (سویق)

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

ستو وحی کے زریعے آسمان سے نازل ہوا بہترین غذا ہے۔ گندم کا ستو ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے اور ہڈیوں پر گوشت چڑھاتا ہے، کھانے کو ہضم کرتا ہے، زیتون کے تیل کیساتھ پیا جائے تو جلد کو نرم اور قوت باہ میں اضافہ کرتا ہے

الکافی ج6 ص834

انار

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

انار کھاو۔ کیونکہ یہ پھلوں کا سردار ہے، مومن کے معدہ میں کوئی دانہ نھیں

جاتا مگر یہ ہر بیماری کو ختم کرتا ہے، وسواس کو دور کرتا ہے

الکافی ج6 ص970

کمزوری

(گوشت + دودھ) یا (گوشت + سرکہ + زیتون)

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

رنگارنگ غذائیں نہیں کھانا چاہیے یہ نقصان دہ ہوتی ہیں۔ البتہ

ثرید (سرکہ، زیتون، نان) کھائیں یہ میری پسندیدہ غذا ہے

اصول کافی ج6 ص318

گوشت

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

گوشت گوشت کو اگاتا ہے۔ جو چالیس دن تک گوشت نہ کھائے وہ بد اخلاق ہو جاتا ہے۔ جو بد اخلاق ہو جائے اس کے کان میں اذان کہو

اصول کافی ج6 ص195

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

ہفتے میں ایک بار گوشت کھایا کرو۔ زیادہ گوشت کھانے کی عادت نہ بناو۔

المحاسن ج2 ص469

کباب

مدینہ میں ایک شخص بیمار ہو گیا۔ اس کا جسم کمزور ہو گیا۔ امام موسیٰ کاظمؑ نے فرمایا۔ کباب کھاؤ۔ اس سے جسم موٹا ہوتا ہے

اصول کافی ج6 ص318

گوشت + دودھ

امام باقرؑ سے گوشت و گائے کے دودھ کا ذکر کیا گیا۔ آپؑ نے فرمایا: ان کو ملا کر کھاؤ اور مجھے بھی دو (تقویت بدن ہے)

المحاسن ج2 ص400

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

حضرت نوحؑ نے خدا سے کمزوری کی شکایت کی۔ خدا نے وحی نازل کی
گوشت کو دودھ میں پکا کر کھائیں

(بہتر ہے گائے کے دودھ میں دنبہ کا گوشت پکا کر کھایا جائے)

طب الائمہؑ ص74

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

دنبہ کا گوشت گائے کے دودھ میں پکا کر کھایا جائے۔ ہر بیماری کا علاج کے

بدن کو طاقتور بناتا ہے

طب الائمہ ص 74

امام علیؑ فرماتے ہیں

جو شخص چاہتا ہے اسے کھانا نقصان نہ پہنچائے تو اس پر لازم ہے اس وقت

تک کھانا نہ کھائے جب تک معدہ خالی نہ ہو اور بھوک نہ لگے اور کھانے کے

بعد ابھی بھوک رہتی ہو تو ہاتھ کھینچ لے

طب آل محمد ص

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

کھانا کھانے سے پہلے ہاتھوں کو دھونا چاہے کیونکہ ایسا کرنے سے بیماریاں دور ہوتی ہیں اور ساتھ ہی تنگ دستی اور ضعیف بدن بھی دور ہوتا ہے

الدعوات ص80

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

تین چیزیں جسم کو کمزور اور تین چیزیں جسم کو موٹا کرتی ہیں۔جو چیزیں جسم کو موٹا کرتی ہیں۔وہ

ایک دن چھوڑ کر غسل کرنا

خوشبو سونگھنا

نرم لباس پہننا ہے

الخصال ص155

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

کتان (کھدر) کالباس پہنو۔ کتان پیغمبروں کا لباس ہے اور یہ گوشت پیدا کرتا ہے

اصول کافی ج6 ص429

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

نورہ لگانے کی مدت سنت پندرہ دن ہے اگر بیس دن گزر جائیں اور تمہارے پاس نورہ لگانے کی استطاعت نہ ہو تو خدا پر بھروسہ کرتے ہوئے قرض لے لو کیونکہ نورہ جسم کو پاک کرنے والا ہے

اصول کافی ج8 ص198

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں

نورہ منی کو زیادہ کرتا ہے، جسم کو طاقتور بناتا ہے

مستطرفات ص575

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

اگر چاہتے ہو کہ جسم کا گوشت زیادہ ہو تو کچھ کھا کر غسل کرو (پیٹ بھر کر یا

خالی پیٹ نہ کرو)

طب الائمہ ص66

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

دودھ گوشت کو اگاتا ہے، ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے

جواہر الکلام ج36 ص396

گائے کا گھی

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

جو بھی ایک لقمہ چربی کھائے، وہ لقمہ اتنی ہی مقدار میں بیماری کو بدن سے خارج کرتا ہے. (گائے کا گھی)

شیخ یعقوب کلینی، کافی، ج6، ص311

حلیم (ہریسہ)

نبی ﷺ فرماتے ہیں

کسی نبی نے خدا سے کمزوری اور قلت جماع کی شکایت کی۔ اللہ نے انہیں حلیم کھانے کا حکم دیا(حلیم میں گندم ڈال کر کھایا جائے)

اصول کافی ج6 ص319

بہی(Quince)

بہی کو بیج کے ساتھ کھاو۔ جسم کو طاقت ور بناتا ہے، معدہ کو پاک کرتا ہے

طب الائمہ ص136

برگ چقندر

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں۔

برگ چقندر کھاؤ گوشت کو اگاتا ہے اور ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے

ہمان ص519

دن کو کھڑے ہو کر پانی پینا

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

دن کو کھڑے ہو کر دن کو پانی پینا سلامتی بدن اور تقویت بدن کا سبب

ہے (رات کو بیٹھ کر پینا چاہے)

اصول کافی ج6 ص382

شکر بعد از حجامت

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

حجامت کے بعد شکر کھانا خون کو زیادہ کرتا ہے اور جسم میں قوت پہنچاتا ہے

مکارم الاخلاق ص84

سردی سے پرہیز

امام علی علیہ السلام فرماتے ہیں

سردی کے موسم سے ابتدا میں احتیاط کرو اور آخر میں اس کا خیر مقدم کرو

کہ اس کا اثر بدن پر درختوں کے پتوں جیسا ہوتا ہے کہ یہ موسم ابتدا میں

پتوں کو جھلسا دیتا ہے اور آخر میں شاداب بنا دیتا ہے۔

(نہج البلاغہ، حکمت)۱۲۸

رسول ﷺ فرماتے ہیں۔

تین چیزیں بدن کے لیے شادابی اور اس کی نمو کا سبب بنتی ہیں

طبیعی خوشبو سے استفادہ

لباس طبیعی پہننا

شہد کھانا

طب النبیؐ للمستغفری، ص

امام موسٰی کاظمؑ فرماتے ہیں

سویق کو سات بار دھویا جائے ایک برتن سے دوسرے برتن میں ڈالا

جائے. اس کو کھانے سے پاؤں وٹانگوں کی طاقت میں اضافہ ہوتا ہے

الکافی ج6 ص306

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

جو چالیس دن ستو کھائے اس کے کاندھے قوت سے بھر جاتے ہیں (قوی ہو جاتے ہیں)

اصول کافی ج6 ص837

الکافی، ج6، ص506 ص119

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

نورہ آب کمر کو زیادہ کرتا ہے۔ بدن کو طاقتور بناتا ہے

المحاسن ج2 ص463

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

خالی پیٹ غسل نہ کرو۔ اس سے معدہ کی حرارت ختم ہو جائے گی۔ کچھ کھا کر غسل کرو اس سے سے جسم کو طاقت ملے گی اور پیٹ بھر کر بھی غسل نہ کریں

نبی ﷺ فرماتے ہیں۔

تین چیزیں جو جسم کو خوشحال بناتی ہیں اور جسم کو مضبوط کرتی ہیں، خوشبو لگانا ،نرم کپڑے پہننا اور شہد پینا

طب النبوی ص25

جسم میں سستی

علاج

ہر چار گھنٹے بعد گرم پانی پیئیں

غسل کریں

شہد + گرم پانی پئیں

امام جعفر صادقؑ نے چند کھجور طلب کئے اور نوش فرمائے پھر فرمایا: "اس وقت میرا کھجور کھانے کا دل نہیں چاہ رہا تھا لیکن کیونکہ مچھلی کھائی تھی اس لئے کھجور کھا لئے"۔

پھر فرمایا: "جو کوئی مچھلی کھائے اور اس کے بعد چند کھجوریں یا تھوڑا شہد نہ کھائے اور سو جائے تو صبح تک اس کے جسم پر سستی چھائی رہے گی"۔

اصول کافی ج6 ص323

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

مٹی کے برتن کو جسم پر رگڑنا تھکاوٹ کا باعث بنتا ہے

مستدرک ج1 ص380

امام رضاؑ فرماتے ہیں۔

مچھلی کھانے کے بعد ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا جسم میں سستی کا باعث ہے۔

بحارالانوار ج62 ص321

امام رضاؑ فرماتے ہیں۔

ناشتے میں گرما کھانا (خدا کی پناہ!) جسم میں سستی پیدا کراتا ہے۔

مکارم الاخلاق ج1 ص401

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

بڑے بال منی کو کم کرتے ہیں، جوڑوں کو کمزور کرتے ہیں اور بدن کو کمزور و

سُست کرتے ہیں۔

بحارالانوار ج73 ص 91

رسول اکرم ﷺ فرماتے ہیں۔

منقا کھایا کرو کیونکہ منقا صفرا کو ختم کرتی ہے، بلغم کو ختم کرتی ہے ذہن کو

محکم کرتی ہے رنجیدگی اور تھکن کو ختم کرتی ہے۔

طب الائمہ

علی علیہ السلام فرماتے ہیں۔

دو قسم کی عادتوں سے پرہیز کرو۔ ایک تو تنگدلی اور دوسری سستی، کیونکہ

اگر تنگدلی کا مظاہرہ کرو گے تو حق بات کو برداشت نہیں کر سکو گے اور اگر

سستی کا مظاہرہ کرو گے تو کوئی حق ادا نہیں کر پاؤ گے۔

بحار الانوار جلد۷۷ ۴۸ء

رسول اکرم ﷺ فرماتے ہیں۔

ہلاکت و بربادی، سستی اور عاجزی کا نتیجہ ہوتی ہیں۔

بحار الانوار جلد۷۱ ۳۴۲

حضرت علی علیہ السلام فرماتے ہیں۔

کاہلی محرومیت کے اسباب میں سے ایک ہے۔

بحار الانوار جلد۷۷ ۲۰۸

حضرت علی علیہ السلام فرماتے ہیں۔

کاہلی ہی سے سستی جنم لیتی ہے۔

غررالحکم

حضرت علی علیہ السلام فرماتے ہیں۔

کاہلی سے مناسب موقع ہاتھ سے نکل جاتا ہے۔

غررالحکم

کاہلی ہی سے مقصد فوت ہو جاتا ہے۔

غررالحکم

جو کاہلی اور خود پسندی کو ترک کر دے اس کو کسی قسم کی پریشانی نہیں ہوتی۔

غررالحکم

سستی بے وقوفوں کی عادت ہوتی ہے۔

غررالحکم

خون کی بیماریاں

موسٰی بن بکر کہتے ہیں۔ میں مدینہ میں بیمار ہوا جس سے میں کمزور ہو گیا پس امام موسٰی کاظمؑ کی خدمت میں حاضر ہوا۔ آپؑ نے فرمایا میں تمہیں کمزور دیکھ رہا ہوں؟ عرض کیا ہاں۔ آپؑ نے فرمایا کباب کھاو۔ پس میں نے کباب کھایا اور شفایاب ہو گیا

وسائل الشیعہ ج 17 ص 63

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

باقلا کو چھلکے سمیت کھاو۔ ہڈیوں کو مضبوط کرتا ہے اور تازہ خون پیدا کرتا ہے

ہمان ص344

امام موسٰی کاظمؑ کے ایک غلام کو تلی (Spleen) کی بیماری لگ گئ

خون چلنے لگا۔ آپؑ نے فرمایا۔ اسے تین دن ترہ سبزی کھانا چاہے۔ اس نے

ترہ کھانی شروع کی اس کا خون بھی رک گیا اور تندرست ہو گیا

المحاسن ج2 ص511

امام جعفر صادقؑ نے حجامت کروایا۔ اس کے بعد تین ٹکڑے شکر کے

کھائے اور فرمایا۔ حجامت کے بعد شکر کھانے سے خون صاف ہوتا ہے اور

گرمی کو ختم کرتی ہے

طب الائمہ ص59

شکر خون کو واپس لوٹاتی ہے اور طاقت پہنچاتی ہے

مکارم الاخلاق ص84

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

کاھو کھاو۔ خون کو روکتا ہے

مکارم الاخلاق ص183

سویق عدس

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

سویق عدس کھاو۔ پیاس کو ختم کرتا ہے، معدہ کو تقویت دیتا ہے، اس میں ستر بیماریوں سے شفا ہے، صفرا کو ختم کرتا ہے، پیٹ کو ٹھنڈک دیتا ہے، فشار خون کو روکتا ہے اور گرمی کو ختم کرتا ہے

اصول کافی ج6 ص307

خون کی کمی

علامات

سر درد

کمزوری

چکر آنا

سانس میں مشکلات

چہرہ و جلد کا رنگ زرد ہو جانا

وجوہات

خون کی خرابی

کیمیکل والی غذائیں کھانا

گوشت کو صاف کر کے نہ کھانا یا پرانا گوشت کھانا

بخار

خون کا بہنا یا بواسیر وغیرہ

رات کو نہ سونا دیر تک جاگنا

بچوں کو خشک دودھ وغیرہ دینا

سورج نکلتے وقت اور ڈوبتے وقت سونا

خون کی کمی کا علاج

ترہ کھائیں

کشمش کھائیں

انار کھائیں

ناشتہ میں سیب کھائیں

کباب کا گوشت کھائیں

شکر کھائیں

انار کھائیں

انجیر کھاو

سویق گندم

سویا+ شہد

برگ چقندر

باقلا چھلکے ساتھ

گائے کا گھی

قلفہ سبزی

کھجور کھائیں

شہد + دودھ

عناب کھائیں

لوبیا

شیرہ توت، انگور و کھجور

آلو بخارا

بھیڑ کا گوشت گائے کے دودھ میں پکا کر کھائیں

میڈیسن

داروی قرص خون

داروی کرات (خونساز)

شربت امام علی رضاؑ

سویق

جامع باآب ترہ

جامع باآب برگ چقندر

خون کو صاف کرنے والی چیزیں

ترہ کھائیں

ہر چار گھنٹے بعد گرم پانی پیئیں

شہد + گرم پانی

شاہترہ

کاسنی

برگ چقندر

کاھو

حجامت

عناب

آلو بخارا خشک

میڈیسن

داروی صاف کنندہ خون

سنا کے پتے (حاملہ خواتین نہ استعمال کریں)

خون کا غلبہ

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں۔

خون کے غلبے کی چار نشانیاں ہیں۔

جسم پر خارش، دانے نکلنا، نیند کا غلبہ اور چکر آنا

الخصال ص 511

علاج میڈیسن

داروی صاف کنندہ خون

سویق عدس

کاھو

برگ چقندر

کاسنی

شاھترہ

ٹھنڈے پانی سے غسل

خشک آلو بخارا

کاسنی کھائیں

حجامت و فصد

انار کھائیں

روغن زیتون سے مالش کریں

تھیلیسیمیا(Thalassemia)

ایک موروثی بیماری ہے یعنی یہ والدین کی جینیاتی خرابی کے باعث اولاد کو منتقل ہوتی ہے۔ اس بیماری کی وجہ سے مریض کے جسم میں خون کم بنتا ہے۔

جینیاتی اعتبار سے تھیلیسیمیا کی دو بڑی قسمیں ہیں جنہیں الفا تھیلیسیمیا اور بی ٹا تھیلیسیمیا کہتے ہیں۔ نارمل انسانوں کے خون کے ہیموگلوبن میں دو الفا اور دو بی ٹاBeta زنجیریںChainsہوتی ہیں۔ گلوبن کی الفاز نجیر بنانے کے ذمہ دار دونوں جین(Gene) کروموزوم نمبر166 پر ہوتے ہیں جبکہ بی ٹازنجیر بنانے کا ذمہ دار واحد جین HBB کروموزوم نمبر 11 پر ہوتا ہے۔

الفا تھیلیسیمیا کے مریضوں میں ہیموگلوبن کی الفا زنجیرAlpha chain کم بنتی ہے جبکہ بی ٹا تھیلیسیمیا کے مریضوں میں ہیموگلوبن کی بی ٹا زنجیر beta chain کم بنتی ہے۔ اس طرح خون کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔

علامات

تھکاوٹ اور کمزوری

جلد کا رنگ زرد ہو جانا

کمزوری محسوس ہونا

سیاہی مائل پیشاب

جسم میں درد و کمزوری

چکر آنا

مفرد اور غذائی علاج

سویا کو شہد کے ساتھ ملا کر کھائیں

کاسنی

انار

ترہ اور ترہ کا پانی (Allium schoenoprasum)

نیم گرم پانی

عناب کھائیں

پاوڈر سنجد

سیم (باقلا)

مقل ارزق

قرص خون

مرکب 6

کراث (خونساز)

جامع رضائترہ کے جوس کے ساتھ ہفتہ میں ایک دفعہ

ھاضوم

زنبق (صاف کنندہ خون)

غبیرا (استخون ساز)

سعوط کندش

روغن بنفشہ پایہ کنجد

دوسین

داروی بان

یداوی علاج

روغن بنفشہ پا یہ زیتون کو سر پر لگانا(بال گرنے سے بچانے کے لئے)

20)دن دوا استعمال کرنے کے بعد حجامت اور تھوڑا سا خون نکالا جائے تلی

اور جگر کو صاف کرنے کے لیے حجامت کے بعد گنے کی شکر استعمال کریں

پرہیز

مچھلی

سرکہ

مرغ

کم خونی Anemia

علاج

انار کھائیں

ترہ کا جوس پیئیں اور سبزی کھائیں

کھجور

برگ چقندر

دنبہ کا گوشت گائے کے دودھ میں پکا کر

اسفند جوس

مویز

انجیر

باقلا

اسٹابیری

بید مشک

دودھ + شہد

گڑ

الفلفا

شیرہ انگور

شیرہ کھجور

شیرہ توت

آلو بخارا

زرشک

سویق گندم

سویق سنجد

طب اہل بیت ع میڈیسن

قرص خون

داروی خونساز

جامعہ امام علی رضاؑ

شربت امام علی رضاؑ

خون کا جمنا Blood Clotting

Also called Thrombophilia, Hypercoagulable

disorder and Clotting disorder

دل ، پھیپھڑوں، دماغ، رگوں اور خون کی نالیوں میں خون جم جاتا

ہے۔ جس سے خون کی سپلائی متاثر ہو جاتی ہے۔ فالج، دل کا دورہ اور کئی

بیماریاں وجود میں آتی ہیں۔

علامات

☆ٹانگوں کی اکڑن

جن لوگوں کو بلڈ کلاٹ کا تجربہ ہوتا ہے ان کی ٹانگ اکڑ جاتی ہے اور کھچاؤ

محسوس ہونے لگتا ہے، جس کی وجہ کسی بڑی شریان میں خون کا لوتھڑا بننا

شروع ہوتا ہے، ٹانگ میں بلڈ کلاٹ کو ایک دن کے لیے نظر انداز کرنا

پھیپھڑوں کے مسائل کا باعث بن سکتا ہے جو کہ انتہائی خطرناک ثابت ہو سکتے ہیں

☆ جھنجھناہٹ

کسی ایک عضو میں مسلسل ہونے والی جھنجھناہٹ یا سنسناہٹ بھی خون کے جمنے کی عام علامات میں سے ایک ہے، جس میں سوئیاں چبھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں اگر آپ ہائی بلڈ پریشر کے مریض ہیں تو اس طرح کی کسی بھی جھنجھناہٹ پر توجہ مرکوز کرنی چاہیئے۔

☆ جلد بے رنگ ہونا

بلڈ کلاٹ خون کے معمول کی گردش کو متاثر کرتی ہے جس کے نتیجے میں متاثرہ حصہ زرد یا بے رنگ ہو جاتا ہے، اگر آپ کی ایک ٹانگ کا کوئی حصہ زیادہ زرد یا جسمانی رنگت سے ہٹ کر لگے تو یہ خون جمنے کی علامت ہے

☆ چھونے پر جلد گرم یا ٹھنڈی ہونا

ایک اور عام علامت جلدی درجہ حرارت میں تبدیلی ہے، رنگت بدلنے کی
طرح متاثرہ حصے میں دوران خون متاثر ہونے سے وہاں کا درجہ حرارت بھی
بدلتا ہے، جیسے گرم یا ٹھنڈا ہو جاتا ہے

☆ ایک ہاتھ یا ٹانگ کا سوجنا

کسی ایک ٹانگ یا ہاتھ کا سوجنا خون کے جمنے کی واضح ترین علامات میں سے
ایک ہے، در حقیقت خون کے جمنے کے نتیجے میں ٹانگوں تک خون کا پہنچنا
بلاک ہو جاتا ہے اور وہ خون اس جگہ جمع ہونے لگتا ہے جہاں کلاٹ ہوتا ہے
جس کے نتیجے میں سوجن ہونے لگتی ہے

☆ بہت زیادہ پسینہ آنا

موسم گرم نہ ہو پھر بھی مسلسل پسینہ آرہاہو تو یہ بھی بلڈ کلاٹ کی نشانی ہو سکتی ہے جو کہ پھیپھڑے یادل کے قریب ہو سکتا ہے یہ بہت سنگین قسم کی علامت ہوتی ہے جس کا فوری علاج ہوناضروری ہو تا ہے۔

☆سانس لینے میں مشکل یا تیز دھڑکن

پھیپھڑوں میں خون کا جمنا آکسیجن کے بہاؤ کو سست کر دیتا ہے، ایسا ہونے پر دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے جبکہ سانس گھٹنے لگتا ہے۔ آپ کو غشی کا احساس بھی ہو سکتا ہے

☆سینے میں درد

سینے میں درد ہو سکتا ہے کہ آپ کو لگے کہ ہارٹ اٹیک ہے مگر یہ کلاٹ بھی ہو سکتا ہے، در حقیقت دونوں کی علامات ملتی جلتی ہیں، خون جمنے سے ہونے والا درد تیز اور خنجر کی طرح محسوس ہو تا ہے خاص طور پر گہری سانس لینے

پر بدتر ہو جاتا ہے، ہارٹ اٹیک میں مریض کو کندھوں، جبڑوں یا گردن تک
درد پھیلتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

☆بغیر کسی وجہ کے کھانسی

اگر سانس گھٹنے، دل کی دھڑکن تیز ہونے یا سینے کے درد کے ساتھ کھانسی
ہو رہی ہو جو رک نہ رہی ہو تو یہ کلاٹ کی واضح علامت ہے، یہ کھانسی خشک
ہوتی ہے مگر کئی بار بلغم یا خون بھی نکلتا ہے، سرخ جلد خاص طور پر گھٹنے کے
نیچے کے پیر کے پچھے دم گھٹنا اور پیشاب و پاخانہ میں خون آنا

☆ہاتھ و پاؤں شدید ٹھنڈے ہو جانا

شدید سر درد

وجوہات (طب اسلامی)

شدید سردی و سرد غذائیں

بلغم

علاج

طب اہلبیتؑ میں تمام اعضاء میں خون جمنے کے لیے داروی لخۃ خون استعمال ہوتی ہے اور رگوں کو کھولنے کے لیے داروی باز کنندہ عروق استعمال ہوتی ہے

دماغ میں خون کا جمنا

علاج طب اہل بیتؑ

جامع باآب مرزنجوش

شافیہ بآب مرزنجوش

داروی باز کننده عروق

داروی لختۂ خون

روغن بنفشہ پای کنجد در ناک

داروی صاف کننده خون

پھیپھڑوں میں خون

علاج طب اہل بیتؑ

داروی طریفل

داروی لختۂ خون

داروی کاشم

جامع بآب سونف

رگوں ونالیوں میں خون

علاج طب اہل بیتؑ

داروی باز کنندہ عروق

داروی لختۂ خون

داروی صاف کنندہ خون

داروی طریفل

خون در جنین Fetus

علاج طب اہل بیتؑ

داروی لخۃ خون

جامع باب انعوزہ

داروی صاف کنندہ خون

دل میں خون کا جمنا

علاج طب اہل بیتؑ

داروی طریفل

داروی لخۃ خون

جامع باب مرزنجوش

شافیہ باب مرزنجوش

داروی قرص خون

سورج کی طرف پشت کر کے بیٹھنا

خوراک

انجیر

اسپند

ادرک

انار

اجوائن + آخروٹ

Thrombocytosis(High blood platelets)

وجوہات

خون کی خرابی

سرد غذائیں و بلغم

پلیٹ لیس کیا ہیں ؟

جسم کے خون میں موجود پلیٹ کی شکل کے چھوٹے چھوٹے ذرات یعنی خلیات ہوتے ہیں اور ان کے گرد جھلی بنی ہوئی ہوتی ہے، ان کا کام انسانی خون کے جسم سے انخلا کو روکنا ہوتا ہے خلیات یعنی پلیٹلیٹس خون کے ساتھ ہی گردش کرتے رہتے ہیں اور جسم کے کسی بھی حصے میں زخم ہونے یا چوٹ لگنے کی صورت میں وہ وہاں جمع ہو کر جھلی بنا لیتے ہیں اور خون کو جسم سے باہر آنے سے روکتے ہیں خون میں پائے جانے والے پلیٹ لیٹس کو

تھرومبوسائٹس بھی کہا جاتا ہے۔ خون میں ان کی نارمل تعداد ڈیڑھ لاکھ

سے ساڑھے چار لاکھ تک فی مائیکرو ملی لیٹر خون میں ہوتی ہے۔

اگر خون میں پلیٹ لیٹس کی تعداد نارمل مقدار سے بڑھ جائے تو اس کیفیت

کو تھرومبوسائٹوسس کہا جاتا ہے۔ جبکہ پلیٹ لیٹس کی کمی کو

تھرومبوسائٹوپینیا کہا جاتا ہے۔

تھرومبوسائٹوسس کی اقسام۔

اس مرض کی اسباب کے لحاظ سے درج ذیل اقسام ہیں۔

1) تھرومبوسائٹوسس جو بون میرو کی خرابی سے ہوتی ہے

2) ری ایکٹو تھرومبوسائیٹوسس۔ اس کا سبب عموما کوئی انفیکشن ہوتا ہے۔ نیز

بون میرو کی خرابی بھی ہو سکتی ہے۔

اگر یہ بون میرو کی خرابی سے ہو تو اسے آٹونومس۔ پرائمری یا

تھرومبوسائٹوسس یا ایسینشیئل Essential

تھرومبو سیتھیمیا بھی کہا جاتا ہے۔

3) فیمیلیل ایسینشیئل تھرومبوسی تھیمیا یہ وراثتی مرض ہے

علاج

داروی صاف کنندہ خون۔

سنامکی + گلاب

حجامت

PNH (Paroxysmal nocturnal hemoglobinuria)

وجوہات

بلغم خون کے سفید خلیوں میں جمع ہو جاتی ہے اور سخت ہو کر جم جاتا ہے۔

پی این ایچ، یا پیرا کسسمل راتوں کا ہیمو گلو بینوریا، خون کی ایک غیر معمولی بیماری ہے جس کی وجہ سے خون کے سرخ خلیے ٹوٹ جاتے ہیں۔ ڈاکٹروں نے اس ٹوٹ پھوٹ کو ہیمولائسز کہا ہے۔ ایسا اس لئے ہوتا ہے کیونکہ کسی شخص کے خون کے خلیوں کی سطح میں ایک پروٹین موجود نہیں ہوتا ہے جو انہیں جسم کے دفاعی نظام سے بچاتا ہے۔

علامات

تھکاوٹ یا کمزوری۔

آسانی سے چوٹ یا خون بہنا۔

سانس میں کمی

بار بار چلنے والے انفیکشن یا فلو جیسے علامات۔

بہت معمولی زخموں سے بھی، خون بہنے پر قابو پانے میں دشواری

علاج

داروی بلغم زدہ

داروی طریفل

داروی لختۂ خون

غذائیں

گرم غذائیں کھائیں

سرد غذائیں سے اجتناب کریں (وہی بلغم والا علاج ہی اس کے لیے مفید ہے)

زہر کھالینا، سانپ یا بچھو یا زہریلی مکھی کا کاٹ لینا

فرسٹ ایڈ

کوشش کریں مریض فوراً الٹیاں کرے۔ اس کے لیے الٹیاں کرانے والی چیزیں دیں۔ مثال کے طور پر ایک گلاس گرم عرق گلاب + ایک گلاس گرم پانی جس میں سمندری نمک ملایا ہو مریض کو دیں۔ منہ میں انگلیاں ڈالیں، الٹیاں کروانے کے لیے

سانپ کے کاٹنے کی فرسٹ ایڈ

جس جگہ سانپ یا بچھو نے کاٹا ہے اس جگہ کٹ لگائیں، خون نکالیں، مریض

کو فوراً پانی نہ دیں اس سے پورے جسم میں زہر پھیل جائے گی، جس جگہ پر

سانپ نے کاٹا ہے اس پر نمک لگائیں اس سے زہر کا اثر کم ہو جائے گا

☆ اگر تین گھنٹے سے اوپر ہو گے ہیں تو چار چمچ روغن زیتون اور ایک گلاس

عرق گلاب گرم کر کے مریض کو دیں

زہر کو ختم کرنے کا علاج

عجوہ کھجور مریض کو دیں

سویق سیب دیں

کوئی بھی فزیکل ایکٹیوٹی نہ کریں

ہر چھے گھنٹے بعد شہد + صعتر فارسی کو ابال کر پی لیں

دودھ + عرق گلاب + شہد ملا کر پیئیں

پانی میں نمک ملا کر اس پر سورہ الحمد + سورہ الفلق + سورہ الناس پڑھیں اس کو پیئیں اور جس جگہ پر زہر ہے اس پر لگائیں

شہد + گائے کا گھی استعمال کریں

طب اہل بیت میڈیسن

جامع امام علی رضا + آب انغوزہ

انغوزہ (حلتیت) کو گرم کھولتے ہوئے پانی میں حل کریں پھر اس میں ایک جامع ڈال لیں

شافیہ (چودہ ماہ) + بینگن کے بیج

بینگن کے بیج ایک بھرے ہوئے کھانے کے چمچ کے برابر پیس لیں پھر اس

میں دو گلاس پانی ڈال کر ابال لیں۔ پھر اس پانی کو صاف کر کے اس میں چنے

کے دانے کے برابر شافیہ ڈال کر گرم گرم پی لیں

داروی حضرت محمد ﷺ

جنگلی بند گو بھی (بہت مفید ہے خشک ہو تو زیادہ فائدہ مند ہے)

حجامت

☆ جس جگہ کسی نے کاٹا ہو اس پر لیموں لگائیں لیموں زہر چوس لیتا ہے

۔ گرم پانی میں لیموں اور نمک ملا کر پیئیں

☆ جس جگہ پر درد ہے اس پر ہاتھ رکھیں۔ نماز فجر کے بعد اور پڑھیں

« بسم اللہ و باللہ و محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ و آلہ »

سات بار پڑھیں

« اشفنی یاشافی اِلا شفاء اِلا شفاؤک شفاء لا یغادر سقما »

سورہ نازعات پڑھیں

سورہ بروج کو پانی پر دم کریں اور پانی کو پی لیں زہر کے اثر کو ختم کرنے کے لیے مفید ہے

* تمام حشرات کو بھگانے کے لیے انار کے درخت کا دھواں لگائیں

روایات میں لاعلاج بیماریوں کا ذکر کیوں آیا ہے جبکہ رسول ﷺ نے فرمایا ہے کہ

لکل داء دواء (ہر بیماری کا علاج ہے)

(شرح اصول کافی ج ۱۱، ص ۱۱۸)

اسی طرح ایک اور جگہ رسول ﷺ نے فرمایا

خداوند متعال نے ہر درد کو اسکے علاج (دوا) کے ساتھ بھیجا ہے سوائے

سام (موت) کے کہ جسکی کوئی دوا نہیں

(مستدرک الوسائل ج ۱٦، ص ۴۳٦)

امام صادق ﷺ فرماتے ہیں۔

سوائے موت کے کلونجی ہر چیز کا علاج ہے

(مستدرک الوسائل ج ۲، ص ۴۰۴)

جواب

وہ روایات جن میں لاعلاج بیماریوں کا ذکر ہے انکے چند احتمالات اور وجوہات

ہوسکتی ہیں

ممکن ہے جب یہ روایات بیان کی گئی ہوں اسوقت اسکا علاج موجود نہ ہو۔

1) ایک زمانے میں میں اسکا علاج موجود نہ ہو مگر دوسرے زمانے میں

موجود ہو

جیسا کہ ام الفضل (زوجہ امام) نے جب امام جوادؑ کو زہر دیا تو امامؑ نے فرمایا

کہ خداوند تمہیں ایک ایسی بیماری میں مبتلا کریگا جسکا کوئی علاج نہیں ہو گا۔

وہ فرج (شرمگاہ) کے جذام میں مبتلا ہوئی۔ اور طبیبوں سے مدد مانگی گئ

انہوں نے دوادی مگر اسکا کوئی فائدہ نہ ہوا

اس روایت سے یہ ثابت ہوتا ہے کہ اس زمانے میں بیماری جذام کا علاج

موجود نہیں تھا مگر آج کے زمانے میں علاج موجود ہے۔

اس زمانے میں بیماری کا علاج نہ ہونے کے معنی یہ ہیں کہ طبیبوں کے پاس

اسکا علاج یا تشخص موجود نہیں تھی نہ یہ کہ رسول و آئمہؑ کے پاس ان

بیماریوں کا علاج نہیں تھا

2) ممکن ہے کہ بیماری کا علاج طبیعی چیزوں سے نہ ہو سکتا ہو جیسے دوایاں

وغیرہ مگر اسکا علاج روحانی طریقے سے ہو سکتا ہو جیسے کہ دعا۔

امام رضاؑ نے روایت "لکل داء دواء" کے متعلق فرمایا

کہ اس سے مراد "لکل داء دعاء "ہے یعنی" ہر درد کے لیے دعا ہے"

دعا کا اثر دوا سے زیادہ ہے اور ہر بیماری کا علاج ہے۔

اسی طرح رسول ﷺ نے فرمایا کہ سورہ حشر کی آخری تین آیات کی

قرات سر پر ہاتھ رکھ کر کریں کہ یہ خدا کی طرف سے دستور

جبرائیلؑ ہے۔ اور یہ عمل موت کے علاوہ تمام بیماریوں کے لیے شفا ہے۔

(بحارالانوار ج ۸۹)

لاعلاج بیماریاں روایات کی روشنی میں کون کون سی ہیں؟

1) کھڑے ہو کر پانی پینا

رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں

تم میں سے کوئی شخص بھی (رات کو) کھڑے ہو کر پانی نہ پیئے کیونکہ اسکے سبب ایسی بیماری میں مبتلا ہو گا جسکا کوئی علاج نہیں ہے مگر یہ کہ خداوند متعال سلامتی دے۔

تحف العقول ج ۱، ص ۱۱۲

2) صبح کے وقت پنیر کھانا

ایک شخص نے امام صادقؑ سے پنیر کھانے کے متعلق سوال کیا۔ آنحضرت نے جواب دیا: یہ ایک ایسی بیماری ہے جسکا علاج نہیں ہے۔ اسی طرح ایک اور جگہ فرمایا کہ پنیر صبح کو کھانا ضرر کا باعث ہے اور رات کو کھانا سود مند ہے۔

اصول کافی ج٦، ص ٣٤٠، ح٣

3) امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

(رات کو) کھڑے ہو کر پانی نہ پیو اور کسی قبر کا طواف نہ کرو اور کھڑے پانی میں پیشاب نہ کرو، پس اگر کوئی یہ کام کرے اور درد میں مبتلا ہو جائے تو وہ صرف اپنے آپ کو ملامت کرے۔ اور اگر کوئی ان میں سے ایک کام بھی کرے گا تو درد اس سے جدا نہ ہو گا مگر یہ کہ خداوند متعال چاہے۔

(علل الشرائع ج١، ص ٢٨٣)

4)جنابت کے بعد پیشاب نہ کرنا

رسول ﷺ فرماتے ہیں

جو کوئی بھی جنابت کرنے کے بعد پیشاب کرنے کو ترک کریگا ممکن ہے کہ باقی ماندہ منی اسکے جسم میں واپس لوٹ جائے اور ایسی بیماری کا سبب بنے جسکا علاج نہ ہو۔

من لایحضر ج ۱، ص ۸۳

بیماریوں کی انواع

طب اسلامی، بیماریوں کو سات انواع میں تقسیم کرتی ہے۔

1 مزاجی بیماریاں

2 چھوٹوں اور بڑوں کی بیماریاں

3 خبیثہ و غیر خبیثہ

4 اندرونی و بیرونی بیماریاں

5 مفید و غیر مفید بیماریاں

6 قابل علاج و لا علاج

7 شائنہ و غیر شائنہ

مفید و غیر مفید بیماریاں

طب اسلامی کی یہ خصوصیت ہے کہ اس میں بیماریوں کو مفید اور غیر مفید میں تقسیم کیا گیا ہے۔

مفید بیماریاں وہ ہیں جو بدن کے لیے مفید و نفع بخش ہیں اور ان بیماریوں کا علاج و معالجہ کرنا جائز نہیں ہے کیونکہ اگر علاج کیا جائے گا تو ان سے بھی بڑی بیماریوں کے پیدا ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔ مفید بیماریاں درج ذیل ہیں

زکام

رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں کہ

زکام سے نفرت نہ کرو کیونکہ یہ جذام سے محفوظ رکھتا ہے۔

(الخصال ج ۱، ص ۲۱۰، ح ۳۲)

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں کہ

رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم زکام کا علاج نہیں کرتے تھے اور فرماتے تھے کہ ہر شخص میں جذام کی رگ موجود ہوتی ہے۔ پس اگر کوئی شخص زکام میں مبتلا ہو جائے تو وہ بیماری جذام کو دبا دیتا ہے (جذام ہونے سے بچ جاتا ہے)۔

(اصول کافی ج۸، ص ۳۸۲، ح۵۷۹)

رسول خدا صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں کہ

کوئی فرزندان آدم میں سے نہیں مگر یہ کہ اسکے اندر دو رگیں موجود ہیں۔ ان میں سے ایک رگ جو کہ سر میں ہے وہ جذام میں مبتلا ہونے کا سبب بنتی ہے۔ اور دوسری رگ جو بدن میں ہے وہ برص میں مبتلا ہونے کا سبب بنتی ہے۔ جب سر والی رگ میں حرکت پیدا ہوتی ہے تو خداوند متعال زکام کو اس پر مسلط کر دیتا ہے تا کہ وہ (خطرناک) بیمار مائع کو خارج کر دے

(اصول کافی ج۸، ص ۳۸۲، ح۵۷۹)

رسول خدا ﷺ فرماتے ہیں کہ

زکام خدا کے سپاہیوں میں سے ایک سپاہی ہے۔ خدا اسکو، بیماری کی طرف بھیجتا ہے تا کہ وہ بیماری کو بر طرف کر دے۔

(اصول کافی ج ۸، ص ۳۸۲، ح ۵۷۹)

زکام صرف جذام کے لیے مفید نہیں ہے بلکہ تمام رگ دار بیماریوں کے لیے مفید ہے۔

زکام کا علاج نہ کرنے سے مراد یہ ہے کہ پہلے تین دن اسکا علاج نہ کیا جائے تاکہ وائرس نکل جائے۔ کیونکہ زکام ایک بیماری ہے اس لیے اگر زیادہ دن تک رہے تو خطرناک ہے اس لئے پہلے تین دن کے بعد علاج کرنے میں کوئی ممانعت نہیں ہے۔

2) پھوڑے پھنسیاں (دمل)

رسول خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں

پھوڑے کے نکلنے سے نفرت نہ کرو کیونکہ یہ برص کی بیماری سے محفوظ رکھتا ہے۔

(الخصال ج۱، ص ۲۱۰، ح ۳۲)

اس حدیث میں ایسے پھوڑے، پھنسیاں مراد ہیں کہ جن میں سے پیپ اور خون نکلتا ہے۔

3) درد چشم (رمد)

درد چشم سے نفرت نہ کرو کیونکہ یہ اندھا ہونے سے بچاتی ہے۔

(الخصال ج۱، ص ۲۱۰، ح ۳۲)

4) کھانسی

رسول صَلَّی اللہُ عَلَیْہِ وَسَلَّمَ نے فرمایا

کھانسی سے نفرت نہ کرو کیونکہ یہ فالج اور مغزی سکتہ سے محفوظ رکھتی

ہے۔

الخصال ج ا، ص ۲۱۰، ح ۳۲

ان چار بیماریوں کے علاوہ باقی تمام بیماریاں غیر مفید اور مضر ہیں۔ لیکن آج

کل لوگ تمام بیماریوں کو ہی مضر صحت سمجھتے ہیں۔

ایڑی میں درد Heel Spurs

Pantar fasciitis،calcaneal

ہمارے پاؤں اور ایڑیاں (26) ہڈیوں 33 جوڑوں اور 100 سے زائد

Tendos سے ملکر بنتے ہیں۔ ان میں ایڑھی کی ہڈی سب سے بڑی ہوتی

ہے۔

Heels ایڑی میں درد کی بہت سی وجوہات ہو سکتی ہیں جس میں سب سے

زیادہ اور عام Plantar fasciitis ہے۔ عموماً جب ہم صبح بستر سے اٹھتے

ہیں جیسے ہی قدم زمین پر رکھتے ہیں۔ ایڑیوں میں شدید درد ہونے لگتا ہے

اسی طرح بعض اوقات محسوس ہوتا ہے۔ جیسے ایڑی میں چھری سے زخم

لگ گیا ہو یا شاید ہڈی ٹوٹ گئی ہو۔ ایڑی کی اس تکلیف کو طبی زبان میں

"پلانٹر فیسائٹس" کہا جاتا ہے۔ پیر میں کیلشیم کی زیادتی سے بھی تکلیف ہو

جاتی ہے

دیگر وجوہات

زیادہ وزن (موٹاپا)

ذیابیطس

زیادہ دیر کھڑے رہنا

تھوڑے وقت میں تیز بھاگنا یا اچھلنا کودنا

معمول سے زیادہ دیر یا زیادہ سخت ورزش کرنا یا زیادہ کھیلنا

تنگ جوتے یا ایسے جوتے پہن کر چلنا یا بھاگنا جو آرام دہ نہ ہوں

اونچی ایڑی کا جوتا زیادہ دیر تک پہن کر چلنا، ایسے کئی عوامل ہیں جو فیشیا میں

سوجن پیدا کرتے ہیں جس میں تلوے اور ایڑی کو جوڑنے والا ٹشو درد اور

سوجن کا شکار ہو جاتا ہے اور یہی تکلیف کا سبب بنتا ہے۔

* یورک ایسڈ Gout

ایڑی کے ایسے درد کو Gout کہتے ہیں جو یورک ایس کی وجہ سے ہو۔

جب جسم میں یورک ایسڈ کی مقدار زیادہ ہو جائے اور یہ ایڑی کے جوڑوں

کے ارد گرد جمع ہونے لگے تو اس صورت میں بھی شدید تکلیف اور سوجن

کی شکایت سامنے آتی ہے۔

*Bursites

ایک نہایت تکلیف دہ صورتحال ہے جو پاؤں کی ہڈی، مسلز وغیرہ کے

درمیان غیر ضروری مائع جیسی چیز بھر جانے کی وجہ سے ہوتی ہے۔

*Tendinitis

ایڑی اور پیر میں موجود ریشہ اور Tendinitis نسیج (Tendons)

کی سوجن کو کہتے ہیں۔ ان کی سوجن پیر کی ایڑی میں شدید تکلیف کا سبب

بنتے ہیں۔ یہ تکلیف آرتھرائٹس کی وجہ سے بھی ہو سکتی ہے۔

علامات

سوزش ہونے کے بعد عموماً سو کر اٹھنے پر بستر پر لیٹے لیٹے یا پیر زمین پر رکھتے ہی ایڑی میں چبھن ہوتی ہے۔ سوئی یا چھری سے کٹ لگنے جیسا احساس ہوتا ہے۔ ہڈی ٹوٹنے جیسی تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ چند قدم چلنے پر درد مزید بڑھ جاتا ہے۔ آرام کرنے پر درد کم ہو جاتا ہے لیکن چلنے پر مزید بڑھ جاتا ہے

پاؤں اور ایڑی میں درد و سوجن

اگر کوئی بیماری ہے پہلے اُس کا علاج کریں

علاج طب اہلبیتؑ

داروی حنا + نورہ مالش کریں

داروی صاف کنندہ خون

شہد + نمک ان کو ملا کر اس جگہ پر پٹی باندھ دیں

ورزش

پرہیز

بڑی ایڑی والا جو تا نہ پہنیں

اگر کیلشیم کی زیادتی ہے تو روغنیات و کیلشیم والی غذائیں ترک کر دیں

درد ہونے کی صورت میں زیادہ کام نہ کریں آرام کریں

بواسیر (Hemorrhoid)، Piles

بواسیر کی دو اقسام ہیں بواسیر خونی اور بواسیر بادی پہلی قسم میں خون آتا ہے

بواسیر مادہ(بواسیر میں خون آنا)

مقعد کی رگوں کے منہ پر مسے پیدا ہو جاتے ہیں۔پاخانے کے بعد یا پہلے خون کے چند قطرے نکلتے ہیں نوٹ: قبض یا اسہال کی صورت میں پہلے قبض کو رفع کرنے والی اشیاء استعمال کی جائیں. سب سے پہلے قبض کو ختم کیا جائے سنا مکی وغیرہ سے

روایت میں آیا ہے کہ خشک کھجور اور چاول آنتوں کو وسیع اور بواسیر کو ختم کرتا ہے

علاج

اخروٹ

کالا زیرہ

پنیر

انجیر (رات میں)

سنجد

بارش کا پانی

گاجر

چھوہارے

روغن ایرسا

(زنبق) کی مالش

مرکب 6

جامع رضاؑ+ شہد (مقعد میں انجکٹ)

جامع بآب چاول

سعد کوفی

بلادور

حجامت ساکرال

طبیب الاطباء

دستور جوز

ٹھنڈے پانی سے استنجا کریں

جامع + شہد انجکشن

پرہیز

مٹی کھانے سے پرہیز کریں

گرم پانی سے استنجانہ کریں

انڈہ و مچھلی اکھٹی نہ کھائیں

مچھی و سرکہ نہ استعمال کریں

خربوزہ

گرم غذائیں

بہت سخت غذائیں

زیادہ کھانا

بواسیر نز(خون کے بغیر)

مقعد کے منہ پر چند مسے نکل آتے ہیں اس سے خون نہیں آتا مگر خارش ہوتی ہے

روغن زنبق

سعد کوفی

بلادور

سرو

جامع بآب چاول

اخروٹ اور اجوائن ہموزن پیس کر ہر رات ا کھانے کا چمچہ

انجیر + چاول

سنجد

آب باراں ونسیاں

چھوہارے

اخروٹ + پنیر کھائیں

پرہیز

کھانے کے درمیان پانی پینا

گرم پانی سے استنجا

مچھلی

انڈہ

گرم غذائیں

بہت سخت غذائیں

زیادہ کھانا

بواسیر (احادیث)

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

اجوائن اور اخروٹ ملا کر کھائیں۔ گردوں کو گرم رکھتے ہیں۔ بواسیر کو ختم کرتے ہیں اور معدہ کو مضبوط کرتے ہیں

بحارالانوار ج63 ص198

تره

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

تره کے چار فوائد ہیں۔ منہ کو خوشبودار بناتی ہے۔ گیس کو ختم کرتی ہے۔ بواسیر کو ختم کرتے ہیں اور جذام سے بچاتی ہے

المحاسن ج2 ص510

چاول

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

چاول بہترین طعام ہے آنتوں کو کھولا کرتا ہے اور بواسیر کو ختم کرتا ہے

المحاسن ج2 ص504

نبی ﷺ فرماتے ہیں

انجیر کھاو بواسیر کو ختم کرتا ہے اور نقرس(Gout) کے لیے اچھا ہے

مکارم الاخلاق ص173

ٹھنڈا پانی

امام علیؑ فرماتے ہیں۔

ٹھنڈے پانی سے استنجا و وضو کرو بواسیر کو ختم کرتا ہے

تحف العقول ص102

سعد

امام موسیٰ کاظمؑ فرماتے ہیں۔

جو شخص استنجا کے بعد ہاتھ سعد سے صاف کر لے کھانے کے بعد سعد سے منہ دھوئے اس کی منہ میں کوئی بیماری نہیں ہو گی اور بواسیر سے محفوظ رہے گا

اصول کافی ج6 ص378

گاجر

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

گاجر قولنج (آنتوں کی انفکشن)، بواسیر سے محفوظ رکھتی ہے اور جنسی قوت میں اضافہ کرتی ہے

اصول کافی ج6 ص372

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

سنجد بواسیر اور پیشاب کے قطروں سے محفوظ رکھتا ہے

اصول کافی ج6 ص361

اگر کوئی چاہتا ہے وہ بواسیر جسم میں نیچے کی طرف درد نہ ہو، آنتوں و بواسیر سے محفوظ رہے وہ ہر رات سات عدد کھجور برنی کو گائے کے گھی میں ملا کر کھائے

الرسالۃ الذھبیۃ ص35

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں

انڈہ اور مچھلی اکھٹی نہ کھاو جو کوئی انڈہ اور مچھلی اکھٹے کھائے گا وہ بواسیر ، قولنج

اور نقرس میں مبتلا ہو گا

مستدرک اوسائل ج16 ص359

دردوں کا علاج

امام باقر علیہ السلام فرماتے ہیں

نمک میں ستر قسم کے دردوں کا علاج ہے اگر لوگ نمک کے فوائد اور آثار

کے بارے میں جان لیں تو نمک کے علاوہ کسی چیز کے ساتھ علاج نہ کرتے

الکافی ج6 ص325

امام رضا علیہ السلام نے فرمایا

خداوند متعال نے شہد میں برکت رکھی ہے اور اس میں دردوں سے شفا قرار دی ہے

اخبار و آثار امام علی رضا ص724

پیامبر خدا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں

روغن زیتون کھائیں اور اپنے بدن کو روغن زیتون سے چکنا کریں کیونکہ اس میں 70 ستر دردوں کا علاج ہے کہ جن میں سے ایک جذام ہے

کنزالعمال:ج10, ص48

ہر درد کا علاج

ایک شخص امام رضا علیہ السلام کے پاس گیا اور اپنے بدن کے بعض دردوں

کی شکایت کی امام علیہ السلام نے اسے دعا تعلیم فرمائی اور فرمایا کہ اپنے

دوسرے مومن بھائیوں کو بھی اس کی تعلیم دو کیونکہ ہر درد کے لیئے

شفا ہے

أُعِيذُ نَفْسِي بِرَبِّ الْأَرْضِ وَرَبِّ السَّمَاءِ، أُعِيذُ نَفْسِي بِالَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ

دَاءٌ، أُعِيذُ نَفْسِي بِالَّذِي اسْمُهُ بَرَكَةٌ وَشِفَاءٌ.

طب الائمہ. ص 41

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں جو درد بھی ہو درد ہاتھ والی جگہ پر رکھ کر پڑھیں

بِسْمِ اللّٰهِ وَبِاللّٰهِ وَمُحَمَّدٌ رَسُولُ اللّٰهِ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ، اللّٰهُمَّ

اِمْسَحْ عَنِّي مَا أَجِدُ اور تین دفعہ ہاتھ اس جگہ پر ملیں

حلیہ المتقین ص116

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں

کھجور کی فصل پکنے پر توڑنے کے موسم میں بہت زیادہ بینگن کھاؤ کیونکہ یہ ہر درد کے لئے شفا ہے، چہرے کی شادابی میں اضافہ کرتا ہے، رگوں کو نرم کرتا ہے اور کمر کے پانی (جنسی قوت) میں اضافہ کرتا ہے۔

طب الائمہ

نبی صلی اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں۔

جب تک آپ کا جسم درد برداشت کر سکتا ہے دوا سے پرہیز کرو اور جب برداشت نہ کرے تو دوا لو

بحارالانوار ج62 ص66

نبی ﷺ فرماتے ہیں

چھوٹے ناخن رکھنا بڑے دردوں سے بچاتے ہیں

تحف العقول ص 101

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ارشاد فرمایا

جس نے درد پیدا کیا اس نے ان کا علاج بھی پیدا کیا۔

بحار الانوار ج 62 ص 68

امام جعفر صادقؑ فرماتے ہیں۔

خاک شفا ہر درد کا علاج ہے

کامل الزیارات ص 175

کاسنی

امام علی رضاؑ فرماتے ہیں

کاسنی ایک ہزار بیماریاں کا علاج ہے ایسی کوئی تکلیف نہیں جس کو کاسنی جسم سے باہر نہ نکال دے

بحارالانوار ج62 ص216

جو بھی شکر کے دو ٹکڑے سوتے وقت کھائے اس کے لئے سوائے موت کے ہر بیماری سے شفاء ہے

مکارم الأخلاق، ص167

علاج

کاسنی

شکر

اجوائن

بینگن

خاک شفا

داروی تسکین درد